



# Geschlechteraspekte bei Depression

Folien: bereitgestellt durch die Austauschplattform „GenderMed-Wiki“



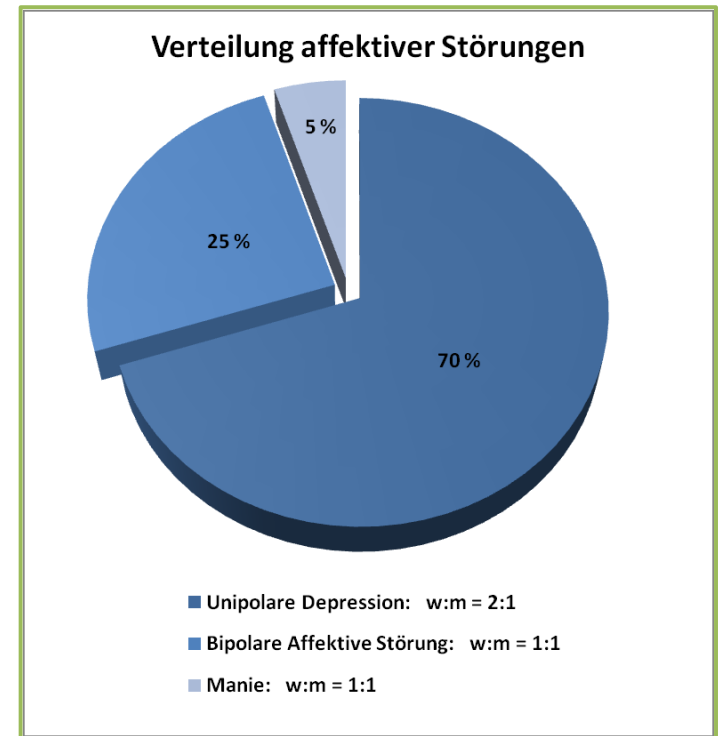
## Gliederung

1. Epidemiologie
2. Risikofaktoren
3. Prävention
4. Take-Home-Message
5. Literatur



|                            | Prozentuale Verteilung | Geschlechterverhältnis (w:m) |
|----------------------------|------------------------|------------------------------|
| Unipolare Depression       | 70 %                   | 2:1                          |
| Bipolare Affektive Störung | 25 %                   | 1:1                          |
| Manie                      | 5 %                    | 1:1                          |

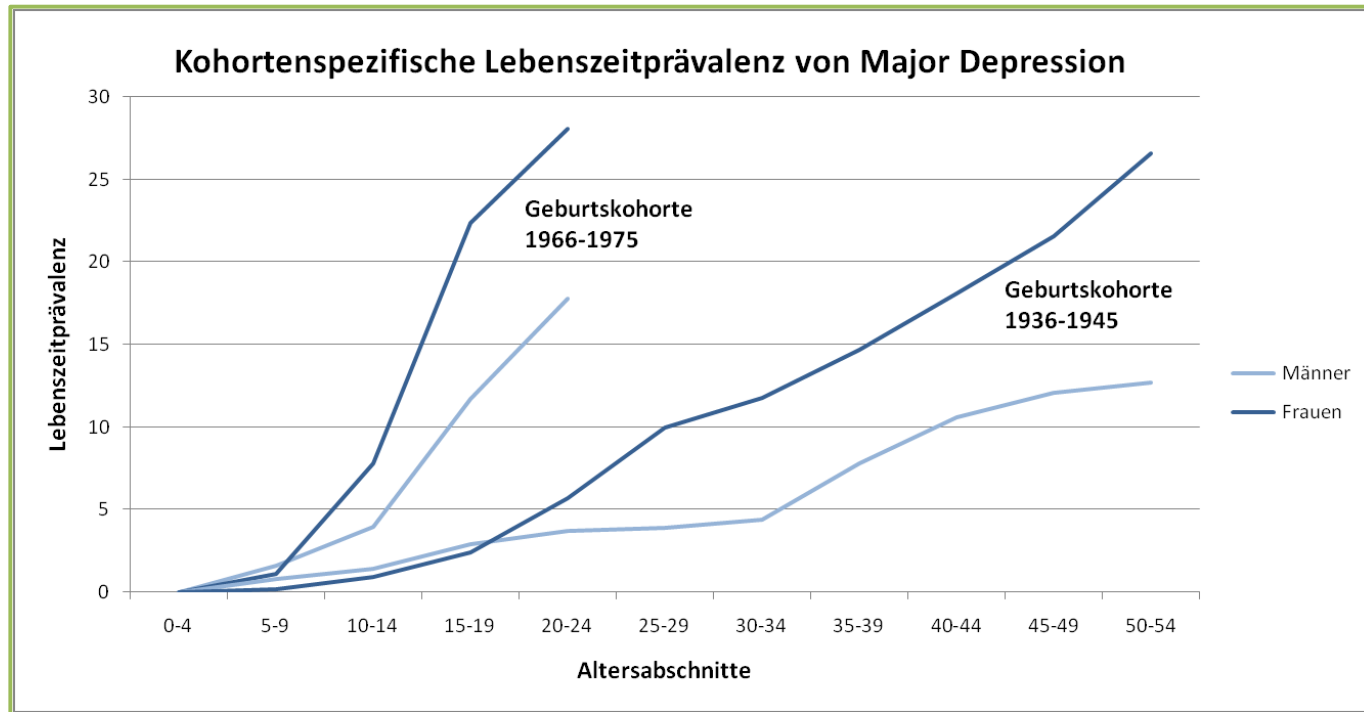
Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland (2014): 13.1 % der Frauen und 6.4 % der Männer erkrankten innerhalb eines Jahres an einer unipolaren Depression.



Verteilung affektiver Störungen und Geschlechterverhältnis [Quelle: GenderMed-Wiki]



→ Zunahme depressiver Störungen v.a. in jüngeren Geburtskohorten

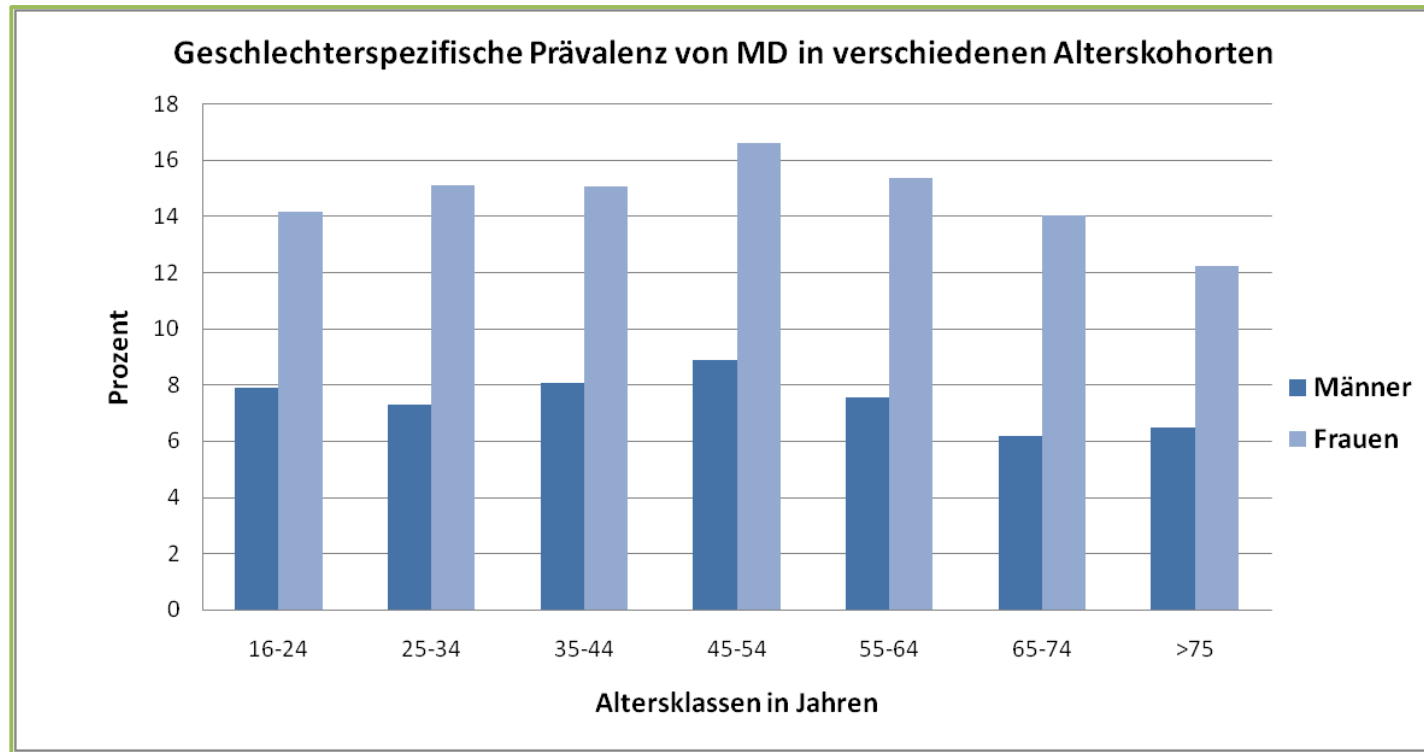


Bei der jüngeren Kohorte (15 bis 24 Jahre) im Vergleich zur älteren Kohorte (45 bis 54 Jahre) ist die Depressionsrate um das 5-fache angestiegen.

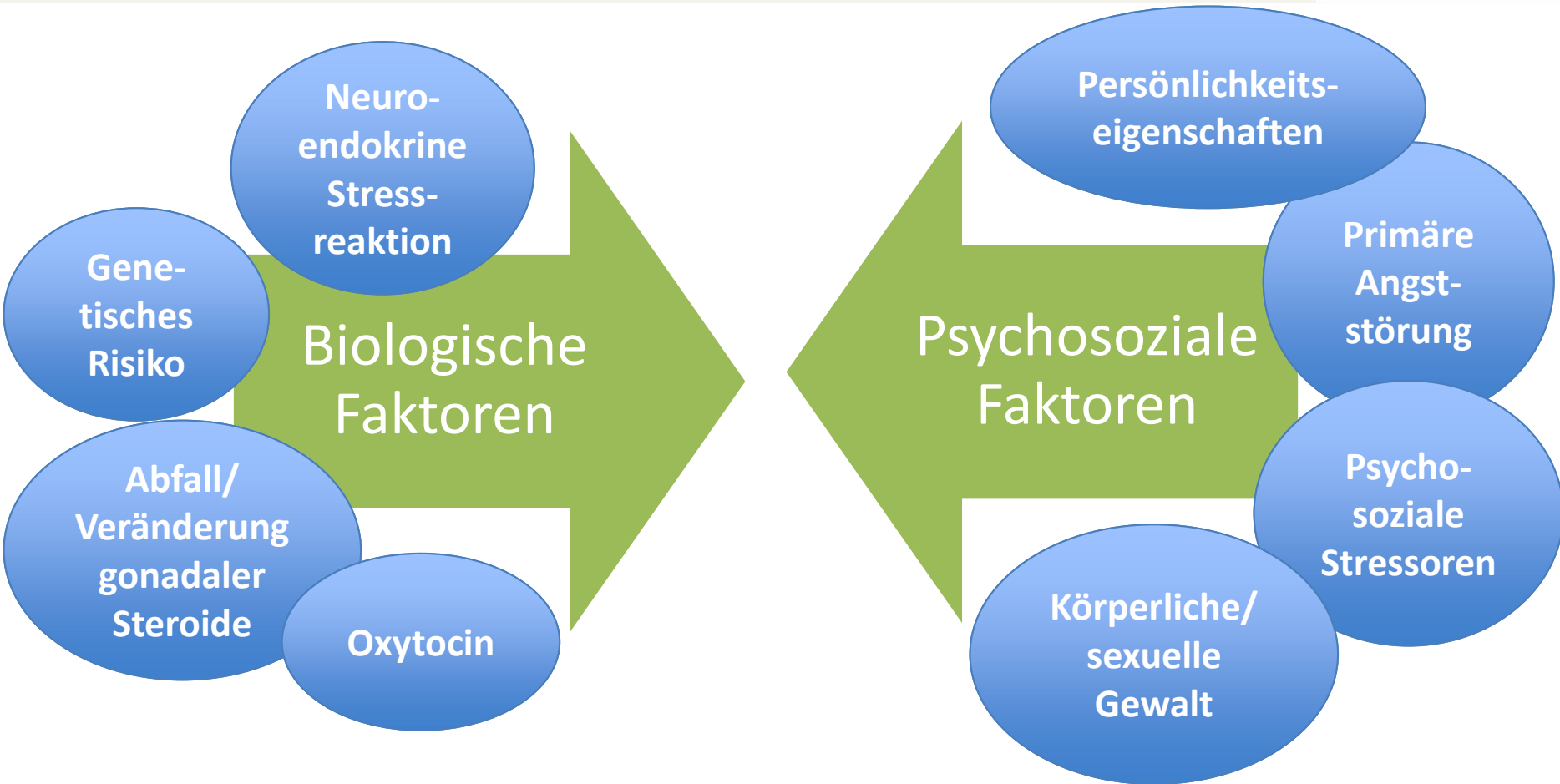
[Quelle: GenderMed-Wiki, nach Kessler et al., 1994]



→ Geschlechterspezifische Prävalenzunterschiede von Major Depression in unterschiedlichen Alterskohorten



[Quelle: GenderMed-Wiki, nach Angst et al., 2002]





→ Frauen und Männer können sich in ihrer depressiven Symptomatik unterscheiden!

| Frauen > Männer   | Frauen < Männer  |
|---|--|
| <b><i>Körperliche Symptome:</i></b><br>Energieverlust, Müdigkeit,<br>Schlafstörungen, Appetitstörungen,<br>motorische und kognitive Verlangsamung | <b><i>Emotionales Arousal:</i></b><br>Aggressivität und Wut  |
| <b><i>Atypische Symptome:</i></b><br>Gewichtszunahme, Appetitsteigerung,<br>vermehrter Schlaf   | <b><i>Substanzmissbrauch/-abhängigkeit:</i></b><br>Alkohol, Nikotin, Drogen  |
| <b><i>Weiteres:</i></b><br>Komorbide Ängstlichkeit mit Nervosität<br>und/oder Panik ; Körperliche<br>Beschwerden und Schmerzen                    | <b><i>Soziale Interaktion:</i></b><br>Feindseligkeit, unkontrollierte Handlungen,<br>Tendenz zur nach außen gerichteten<br>Vorwurfshaltung, antisoziales Verhalten |



## COPING/Bewältigungsstrategien

### Frauen > Männer

- emotionsfokussiert, Emotionen als Ventil (z. B. Weinen, Schreien, Lachen)
- symptombezogen
- stärkere Grübelneigung und Tendenz zu Rumination

### Männer > Frauen

- handlungsorientiert  
→ Positiv: z. B. verstärkt sportliche Aktivierung  
→ Negativ: Erhöhung Alkoholkonsum (Gefahr einer komorbiden Suchterkrankung)
- Kognitive & verhaltensmäßige Ablenkung (Distraktion)  
→ kann Ruminationen verhindern & symptomreduzierend wirken





- Im internationalen Vergleich erkranken Frauen doppelt so häufig wie Männer an unipolarer Depression
- Mögliche Geschlechterunterschiede in Symptomatik und Verhalten sowie eine „Depressionsblindheit“ in der Gesellschaft haben zur Folge, dass Depressionen bei Männern häufiger unerkannt bleiben
- Männer suizidieren sich 3x so häufig wie Frauen und bei 70 % der Suizide ist eine depressive Erkrankung ursächlich

**→ Hohe Anzahl unerkannter Depressionen bei Männern!**



- Angst J, Gamma A, Gastpar M, Lépine J, Mendlewicz J, Tylee A. Gender differences in depression. Epidemiological findings from the European DEPRES I and II studies. European archives of psychiatry and clinical neuroscience 2002; 252(5):201–9.
- Gößwald A, Lange M, Kamtsiuris P, Kurth B. DEGS: Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland. Bundesgesundheitsbl. 2012; 55(6-7):775–80.
- Jacobi F, Höfler M, Siegert J, Mack S, Gerschler A, Scholl L et al. Twelve-month prevalence, comorbidity and correlates of mental disorders in Germany: The Mental Health Module of the German Health Interview and Examination Survey for Adults (DEGS1-MH). Int. J. Methods Psychiatr. Res. 2014; 23(3):304–19.
- Kessler RC, McGonagle KA, Nelson CB, Hughes M, Swartz M, Blazer DG. Sex and depression in the national comorbidity survey. II: Cohort effects. Journal of Affective Disorders 1994; 30(1):15–26.
- Kuehner C. Gender differences in unipolar depression. Acta Psychiatrica Scandinavica 2003; 108(3):163–74.
- Kühner C. Warum leiden mehr Frauen unter Depressionen? In: Lautenbacher S, editor. Gehirn und Geschlecht: Neurowissenschaft des kleinen Unterschieds zwischen Frau und Mann. Heidelberg: Springer; 2007
- Marcus SM, Young EA, Kerber KB, Kornstein S, Farabaugh AH, Mitchell J et al. Gender differences in depression: Findings from the STAR\*D study. Journal of Affective Disorders 2005; 87(2-3):141–50.
- Matud PM. Personality and Individual Differences. Personality and Individual Differences 2004; 37(7).
- Neurologen und Psychiater im Netz. Das Informationsportal zur psychischen Gesundheit und Nervenerkrankungen. Reizbarkeit, Ärger, Sucht sind typische Depressionssymptome bei Männern; 2013.
- Nolen-Hoeksema S. The Response Styles Theory. In: Papageorgiou C, Wells A, editors. Rumination: Nature, theory & treatment for negative thinking in depression. Chichester: Wiley; 2003.
- Silverstein B. Gender Differences in the Prevalence of Somatic Versus Pure Depression: A Replication. AJP 2002; 159(6):1051–2.
- Weißbach L, Stiehler M. Männergesundheitsbericht 2013: Im Fokus: Psychische Gesundheit. Bern: Hans Huber; 2013
- Wolfersdorf M, Schulte-Wefers H, Straub R, Klotz T. Männer-Depression: Ein vernachlässigtes Thema-ein therapeutisches Problem. Blickpunkt der Mann 2006; 4(2):6–9.



# Dank

**Dieses Vorhaben wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung unter dem Förderkennzeichen 01 FP 1506 gefördert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung liegt bei den Autor/-innen.**